



# SU Salud



Departamento de Servicios de Salud del Condado de Los Angeles • Salud Pública

Volumen VII; Número 3: Primavera 2005

## Lo que usted debe saber sobre la Hepatitis C

La Hepatitis C es una inflamación del hígado causada por un virus. Casi 4 millones de personas están infectadas con hepatitis C en los Estados Unidos. No existe ninguna vacuna para prevenir la infección.

La mayoría de las personas no saben que tienen Hepatitis C y generalmente se sorprenden cuando les dan un diagnóstico positivo. De aquellos que están expuestos al virus, aproximadamente el 80% desarrollará una enfermedad de larga duración que puede causar inflamación o dejar una cicatriz en el hígado .

El diagnóstico con una enfermedad crónica puede dar

mucho miedo. Usted puede sentirse indefenso y abrumado, especialmente si tiene síntomas. Pero la Hepatitis C no es una sentencia de muerte. Es una enfermedad muy manejable y es posible vivir una vida normal con las opciones de tratamiento disponibles.

### Cómo ocurre la infección

El virus de la Hepatitis C (HCV, por sus siglas en inglés) se transmite principalmente de una persona a otra por contacto directo con la sangre de la persona infectada. Los modos más

**Continúa en la página 4**

## Plomo en los dulces mexicanos

Es cada vez más importante que los padres estén enterados del peligro que presentan algunos dulces importados. El Programa de Prevención contra el Envenenamiento con Plomo en los Niños del Departamento de Servicios de Salud (DHS, por sus siglas en inglés) advierte a los consumidores que se han encontrado altos niveles de plomo en dulces confeccionados en México por Dulmex.

**Los consumidores deberán evitar comprar y consumir cualquier dulce Dulmex**, especialmente los rollos de coco, los rollos de tamarindo y las paletas de tamarindo. Los rollos pueden empaquetarse bajo los nombres “Casa de Dulce”, “Juanita’s”, “Payaso” o “Mojave”. Las paletas normalmente se empaquetan bajo el nombre “Bolirindo”.

Estos dulces, especialmente sus envolturas, contienen niveles de plomo peligrosamente altos.

Los niños que comen alimentos con niveles altos de plomo pueden sufrir problemas de salud graves que pueden causar daño cerebral permanente.

**Continúa en la página 3**

*El Departamento de Servicios de Salud advierte a los consumidores que se han encontrado altos niveles de plomo en dulces confeccionados en México por Dulmex.*

# Tu Embarazo

El embarazo puede ser una etapa feliz mientras se desarrolla una vida nueva. Al mismo tiempo, la futura madre puede sentirse confundida, asustada e insegura al notar que su cuerpo cambia a medida que crece el bebé. Es muy importante que visite a su proveedor médico regularmente durante todo el embarazo, comenzando en cuanto sepa que está embarazada. Asista a cada cita, especialmente durante los primeros meses, ya que estos son cruciales para asegurar la salud de su bebé.

## El primer trimestre

En su primera visita prenatal, su médico le hará preguntas sobre sus antecedentes médicos, sus antecedentes familiares y los del padre del bebé. Se le preguntará sobre todas las enfermedades a las que ha estado expuesta o que tuvo en el pasado, operaciones, embarazos anteriores y sus resultados. El médico también le hará un examen físico, análisis de laboratorio y una prueba de Papanicolau para detectar cáncer de cuello uterino. En cualquiera de las visitas hable con su médico sobre las cosas que le preocupan, y pregúntele sobre los recursos que puede usar para responder cualquier otra pregunta que pueda tener. Su médico también le dirá la fecha probable del parto.

## El segundo trimestre

En el segundo trimestre su médico le hará pruebas para asegurarse de que el bebé está sano. Una de estas pruebas, un ultrasonido, es como una radiografía que permite que el médico vea al bebé y determine su sexo. Otras pruebas que su médico podría recomendar son el examen triple y la amniocentesis para determinar si el bebé tiene algún defecto de nacimiento. Durante este trimestre su médico también podrá escuchar los latidos del corazón del bebé y monitorear el desarrollo físico del mismo.

Es muy importante que usted reconozca los signos del trabajo de parto prematuro, a pesar de que el segundo trimestre está lejos de la fecha posible del parto. Recuerde que una mujer puede entrar en trabajo de parto prematuro durante este periodo y que se deberán utilizar procedimientos de emergencia para detener el trabajo de parto y salvar al bebé. Llame a su médico inmediatamente si tiene los siguientes síntomas: Contracciones duras y dolorosas, dolores tipo menstruales, dolores agudos en el estómago, presión en la parte baja de la pelvis, dolor en la parte baja de la espalda, un aumento de secreción o sangre de la vagina.

## El tercer trimestre

Durante el tercer trimestre de su embarazo hablará con su médico sobre el tipo de parto que planea tener. Puede tener a su bebé naturalmente, por un parto vaginal sin ningún medicamento o vaginalmente con medicamentos de apoyo. Algunas mujeres necesitan tener una cesárea, pero esto depende de su estado físico pasado y presente.

Si es su primer bebé, considere asistir a clases de preparación para el parto, lactancia materna y cuidado básico del bebé durante el último trimestre, para que le ayuden a prepararse. Además, decida quién desea que la acompañe durante el trabajo de parto y el alumbramiento para darle apoyo. Esta persona puede ser su esposo, su madre, una amiga, una asistente profesional de partos, etc.

Esté preparada para entrar en trabajo de parto. Sepa a quién llamar y qué hacer. Tenga listos los números de teléfono para llamar a su médico, al lugar del hospital o centro de partos en donde va a dar a luz y el de una persona querida a quien podría necesitar llamar. Considere ir al hospital y completar los formularios de ingreso antes del parto así no tendrá que hacerlo durante el trabajo de parto. Familiarícese con la situación de estacionamiento del hospital, los procedimientos para registrarse en el hospital y las reglas para las visitas.

Es posible que en este periodo se sienta ansiosa debido al parto que se aproxima. Es común sentir vergüenza si equivocadamente cree que ha entrado en trabajo de parto. ¡Esto le ocurre a muchas mujeres! El trabajo de parto “real” generalmente se caracteriza por lo siguiente:

- Contracciones regulares y espaciadas cuya intensidad va en aumento,
- Pérdida de líquido acuoso por la vagina,
- Dolor en la parte baja de la espalda que no desaparece,
- O una secreción mucosa sanguinolenta.

Muchos de estos síntomas se deben a que el cuello de su útero se está dilatando para que la cabeza del bebé pueda pasar y salir al mundo.



*Es muy importante que visite a su proveedor médico regularmente durante todo el embarazo, comenzando en cuanto sepa que está embarazada.*

*¡No se avergüence por hacer preguntas sobre su embarazo! Su proveedor médico con mucho gusto las responderá. Estar informada le ayudará a tener un embarazo feliz.*

*¿Escuchó hablar alguna vez de CPSP? Es el Programa de Servicios Perinatales Completos que proporciona atención perinatal a las mamás embarazadas de bajos ingresos que están inscritas en Medi-Cal. CPSP enseña a las mujeres embarazadas la importancia de la alimentación, bienestar psicosocial y educación perinatal con atención obstétrica básica. Para obtener más información, llame a la oficina del programa CPSP del condado al (213) 639-6419.*

*El programa de Salud Materna, Infantil y Adolescente del condado ofrece muchos programas enfocados en las madres, los niños y los adolescentes. [Http://lapublichealth.org/mch/index.htm](http://lapublichealth.org/mch/index.htm).*

## Plomo en los Dulces

### Mexicanos *Continuación de la página 1*

#### Antecedentes

El envenenamiento con plomo es uno de los problemas de salud más comunes que afecta a los niños en los Estados Unidos. Este causa niveles elevados de plomo en la sangre debido a la exposición a pinturas que contienen plomo o a polvo o tierra contaminada con plomo. Otras fuentes de exposición al plomo incluyen los remedios populares, las cerámicas de terracota mexicana y los condimentos importados de México.

“Lucas Limón”, “Lucas Acidito”, “Super Lucas” y “Super Jovy Chili Powder” son condimentos que contienen plomo y se distribuyen por toda California en mercados pequeños y mercados de pulgas.

Se alienta al público a reportar a cualquier vendedor de dulces al California State Food and Drug Branch por correo electrónico a [fdbinfo@dhs.ca.gov](mailto:fdbinfo@dhs.ca.gov) o por teléfono a la línea directa automática de 24 horas de atención 1-800-495-3232. Para obtener más información sobre el envenenamiento con plomo, visite el sitio Web del Programa de Prevención contra el Envenenamiento con Plomo del condado en <http://www.lapublichealth.org/lead/index.htm>, o llame al 1-800-LA-4-LEAD.



## Sobre la Hepatitis C *continuación de la página 1*

comunes de transmisión incluyen compartir agujas y otra parafernalia utilizada con las drogas (por ejemplo, popotes para inhalar cocaína), tatuarse, perforarse y compartir artículos de aseo personal como afeitadoras, cepillos de dientes y alicates para uñas. Cualquiera que haya participado en alguna de estas actividades, aunque sólo sea una vez, deberá hacerse una prueba para el HCV.

Antes de 1992, el HCV se transmitió en las transfusiones con productos sanguíneos contaminados y factores de coagulación para los hemofílicos. Antes de ese año los bancos de sangre no analizaban la presencia de HCV en todo sus suministros de sangre.

La falta de hogar es un factor de riesgo de HCV debido a los ambientes y las conductas asociados con las comunidades de personas sin hogar como higiene deficiente, nutrición mala y altos niveles de uso de drogas inyectables.

Si bien el HCV no se transmite fácilmente en las relaciones sexuales, las relaciones sexuales con múltiples parejas incrementan el riesgo.

Recuerde que el HCV no se transmite por contactos sociales comunes como dar abrazos, besar, dar la mano, compartir comida y bebidas, usar los mismos cubiertos y platos o usar la misma regadera o inodoro.

### Pruebas y Tratamientos

Para detectar la presencia de Hepatitis C se utiliza una prueba de anticuerpos contra el HCV. El tratamiento del HCV consiste de inyecciones semanales y medicamentos que deben tomarse diariamente. El tratamiento generalmente se completa en 6 a 12 meses. El objetivo principal es que no haya virus detectable en la sangre durante el tratamiento y seis meses después de terminarlo.

Los efectos secundarios del tratamiento más comunes son síntomas tipo gripe como fiebre, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares o articulares o cansancio. También pueden ocurrir cambios de humor, depresión y pérdida de peso. Para detectar problemas potenciales el monitoreo eficaz es muy importante. Cuando los efectos secundarios se manejan eficazmente, es más probable que el paciente termine el tratamiento en forma exitosa.

En los últimos años el manejo de la Hepatitis C es cada vez más sofisticado y actualmente se están explorando varias opciones alternativas de tratamiento. La buena noticia para los pacientes es que algunos de los fármacos parecen muy prometedores.

**Para obtener más información sobre la Hepatitis C y los recursos comunitarios para la Hepatitis C, visite el Equipo Operativo para la Hepatitis C del Condado de Los Angeles en <http://www.hepctaskforcela.org> o llame al 213-744-0724.**

**La Hepatitis C es una inflamación del hígado causada por un virus. Casi 4 millones de personas están infectadas con hepatitis C en los Estados Unidos. No existe ninguna vacuna para prevenir la infección.**



Su Salud es publicada trimestralmente por el L.A. County Department of Health Services, Salud Pública. Usted puede hacer copias de este boletín.

**Junta de Supervisores del Condado de Los Angeles**



**Gloria Molina**  
**Yvonne Brathwaite Burke**  
**Zev Yaroslavsky**  
**Don Knabe**  
**Michael D. Antonovich**

**Thomas L. Garthwaite, MD**  
*Director de Servicios de Salud y Oficial Principal Médico*

**Fred Leaf**  
*Oficial Principal en Operaciones*

**Jonathan E. Fielding, MD, MPH**  
*Director de Salud Pública y Oficial de la Salud*

**Maria Iacobo**  
*Director, DHS Communications*

Shirley Kwok: *Editor Principal*  
Alan Albert: *Diseño Gráfico y Producción*  
Louise Garcia: *Administración*

#### Colaboradores:

Tihana Skaricic, Pharm. D.

**DHS Communications**  
241 N. Figueroa Street, Room 348  
Los Angeles, CA 90012  
213/240-8144 • Fax 213/481-1406  
[www.ladhs.org](http://www.ladhs.org)